

# Beregjinje - revitalizacija staroslavenske duhovnosti i zajednica

---

Tojčić, Josipa

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:131:885735>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-08**



Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
University of Zagreb  
Faculty of Humanities  
and Social Sciences

Repository / Repozitorij:

[ODRAZ - open repository of the University of Zagreb  
Faculty of Humanities and Social Sciences](#)



Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za etnologiju i kulturnu antropologiju

Diplomski rad

Bereginje – revitalizacija staroslavenske duhovnosti i zajednica

Josipa Tojčić

Mentorica:  
Prof. dr. sc. Marijana Belaj

Zagreb, rujan 2023.

Izjavljujem pod punom moralnom odgovornošću da sam diplomski rad *Bereginje – revitalizacija staroslavenske duhovnosti i zajednica* izradila potpuno samostalno uz stručno vodstvo mentorice prof. dr. sc. Marijane Belaj. Svi podaci navedeni u radu su istiniti i prikupljeni u skladu s etičkim standardom struke. Rad je pisan u duhu dobre akademske prakse koja izričito podržava nepovredivost autorskog prava te ispravno citiranje i referenciranje radova drugih autora.

*Josipa Tojčić*

---

## Sadržaj

1. Uvod .....	4
3. Metodologija istraživanja .....	10
4. Što (tko) su Bereginje? .....	12
4.1. Radionice Bereginja .....	15
4.2. Preci i „osobni niz“ .....	18
4.3. Priroda .....	22
4.4. Ženstvenost .....	24
5. Zajednica .....	27
6. Što se mijenja u životu žene koja prakticira Bereginje? .....	32
7. Zaključak .....	35
8. Literatura i izvori .....	36
9. Popis kazivačica .....	38
10. Sažetak /Abstract .....	39

## 1. Uvod

Tema ovoga diplomskog rada je istražiti i analizirati sociokulturni aspekt revitalizacije i reinterpretacije (staro)slavenske spiritualnosti na primjeru prakse Bereginja. Bereginje su sustav simbola i pokreta čije se podrijetlo vezuje uz stare slavenske narode, tj. isključivo uz žene. Simboli se povezuju s različitim aspektima života te se osnažuju pokretima, ne bi li se postigla unutarnja ravnoteža. Cilj mi je propitati kako se praksa Bereginja koristi u suvremenoj duhovnosti i otkrivanju sebstva, kao i u ispunjavanju suvremenih potreba za zajednicom. Konkretno, istraživački ću se usmjeriti na pitanja kako se u idejama i praksama ostvaruju Bereginje, kakva je uloga Bereginja u oblikovanju zajednice te koja je motivacija i kakvo je iskustvo sudjelovanja žena u praksi Bereginja. Bereginje su, prema ženama koje ih danas izvode, oblik duhovnosti čije značajke upućuju na new age i specifično na neopoganstvo. Hanegraaff definira duhovnosti kao praksu kojom se održava veza između svakodnevnog svijeta i općenite, meta-empirijske mreže značenja kroz individualno manipuliranje sustavima simbola (Hanegraaff, 2000:296). Često su ti simboli preuzeti iz već uspostavljenih religija, no interpretirani na nov način. Pritom, *new age* duhovnosti i neopoganstvo se najviše fokusiraju na ono što nije blisko suvremenim institucionaliziranim religijama i njihovim teologijama. Prema Hanegraaffu, to je manifestacija „često latentnog i polusvjesnog iskustva nezadovoljstva postojećom stvarnošću, osjećaja da *mainstream* kultura ne ostavlja prostor za određene bitne dimenzije osobnog životnog iskustva osobe”. Samoaktualizacija je pritom, kako to oslikava Malowljeva piramida hijerarhije ljudskih potreba, na samome vrhu. Novi oblici duhovnosti se tome prilagođavaju te je njihov čest motiv obrat od predavanja božanstvima izvan nas prema predavanju sebstvu, upoznavanja pravog sebe te spoznavanja božanskog u nama. Na taj način se intrinzično ispunjavaju potrebe koje su na višoj razini Maslowljeve piramide, a koje su često neispunjene ekstrinzičnim, svakodnevnim životom.

Taj obrat prema unutrašnjosti individue opisuju i Heelas i Woodhead (2005:3) kao odmak od dominantnog življenja u relaciji s vanjskim višim autoritetom i ulogama prema življenju u skladu s vlastitim subjektivitetom. To se primjećuje u dominantnoj kulturi koja u centar stavlja individuu: pedagogija koja u središte postavlja dijete, a ne sadržaj; marketing koji se obraća konzumentu i njegovim unutarnjim potrebama i željama; poslovna kultura koja stavlja naglasak na osobni razvoj

zaposlenika i slično. Takvi se kulturni procesi prepoznaju i u sferi duhovnog života. Mnogi ljudi se više ne žele pokoravati ulogama i tradicijama koje ih više ne služe kao prije.

U neopoganstvu se problemi modernog svijeta i utjecaj kršćanstva proglašavaju „krivcima“ odmaka modernog čovjeka od poganskih znanja i prirode (Hanegraaff, 1996:77). Naglašava se povratak tom znanju kao nužnosti za ponovno povezivanje s prirodnim svijetom. Fokus na okoliš i osnaživanje žena su važne teme neopoganstva, pri čemu su njegovi motivi često u vezi s polaritetom muške i ženske energije, borbom protiv dominacije muškaraca, ženskim božanstvima, povratkom prirodi itd.

U širenju novih oblika duhovnosti internet je igrao i igra veliku ulogu. Tehnologija je neizbježni dio naše svakodnevnice, a time i uvijek novi načini umrežavanja i dijeljenja informacija. Iako u užurbanosti modernog života često dolazi do usamljenosti i izoliranosti, suvremena tehnologija omogućava lakše povezivanje ljudi putem različitih foruma, društvenih mreža, aplikacija i slično. Taj prostor interneta je toliko dobro dizajniran da se istančano prilagođava našim interesima te nas povezuje sa sadržajem koji tim interesima odgovara. Jedan takav primjer je moj susret s temom o kojoj pišem u ovom radu. Sve je započelo s online sadržajem o pretkršćanstvu, a dovelo me do radionica Bereginja. Te radionice i općenito praksa Bereginja upravo utjelovljuje okret prema harmoniziranju sebe iznutra kako bi se ta harmonija mogla dalje širiti izvana. Također ju karakterizira korištenje elemenata koji se smatraju staroslavenskima, povezanost s prirodom i osnaživanje žene iznutra u zajednici s drugim ženama.

## 2. Prostor istraživanja

U traganju za odgovorima na navedena istraživačka pitanja moj će pristup biti etnografski, a ostvarit će se u okviru terenskih istraživanja. Prema Potkonjak (2014:18), u etnografskim istraživanjima teren nije samo mjesto kao lokacija, nego je i mjesto kao svojevrsna paradigma. Teren se ne određuje samo lokacijom nego i ljudima kao subjektima u njemu, odnosno njihovim osjećajima i djelovanjima unutar zajednice. Teren kao takav je mjesto konkretizirano kao društveni proizvod, pojam koji nije statičan već dinamičan u svom nastajanju, održavanju i mijenjanju. On je stvarnost koju oblikuju subjekti, ali istovremeno on oblikuje stvarnost tih subjekata (ibid.).

Glavni prostor terenskog istraživanja u okviru ovoga rada obuhvaća internet te fizički prostor izvan njega. Ta se dva segmenta istraživačkog prostora ponekad mogu i prožimati. Na primjer, radionice Bereginja u kojima sudjelujem se održavaju u joga centru i u izabranim mjestima u prirodi, ali se također odvijaju i online, najčešće preko Zoom konferencije. Ponekad ista instruktora nudi program u kojem neki mogu sudjelovati online, a drugi uživo ili se u dogovorenih više susreta neki odvijaju uživo, a neki online. Također je najveći način oglašavanja i informiranja o radionicama upravo online, preko raznih društvenih mreža.

Teren ovoga istraživanja nametnuo se sam po sebi. Činjenica je da je praksa Bereginja na prostoru Hrvatske rijetka te je stoga izbor sužen. Bereginje su na ovaj prostor došle iz Rusije netom prije pandemije virusa COVID-19. Upravo kad se interes razbuktao, svijet je otišao u karantenu. No, tu je nastupio internet kojem su se mnogi okrenuli iz različitih razloga: izoliranosti, usamljenosti, dosade itd. Internet je omogućio zainteresiranima da otkriju malu zajednicu zainteresiranih za Bereginje i onih koji su certificirani za njihovo podučavanje. Mnoge instruktore su u vrijeme pandemije radile isključivo online, a kako se pandemija ublažavala tako su pokrenule i radionice uživo. Imala sam sreću da je jedina radionica koja je bila uživo bila izrazito pristupačna meni i ostalim polaznicama. Stoga je ona moje iskustvo koje mi je omogućilo potreban uvid za provedbu ovoga istraživanja. Preko interneta nisam imala iskustvo vođene radionice nego samo pristup snimkama pokreta i njihovih objašnjenja, što me je samo zaintrigiralo za pravo, vođeno iskustvo.

Promatračko sudjelovanje na internetu može poprimiti više oblika, potpuno različitih od onih uživo. Internet s jedne strane omogućava istraživaču da izabere način vlastitog predstavljanja. Može se predstaviti punim imenom i prezimenom, izmišljenim nadimkom, anonimno itd. Međutim, s druge strane, istraživač može biti potpuno nevidljiv, odnosno smo čitati i gledati,

odnosno promatrati bez da sudjeluje i često bez da je njegovo prisustvo ikako obznanjeno – tada je on *lurker* (engleski izraz), odnosno *kibicer*, nevidljiv i tih svjedok susreta zajednice (Senjković i Pleše 2004: 9). Pritom, upozoravaju Senjković i Pleše, promatrane osobe objavljuju sadržaj koji je javan i dostupan svima, a objavljiivač nema priliku odbiti da postane kazivač u etnološkom istraživanju. Ipak, takav objavljiivač je svjestan da je sadržaj dostupan svima, objavljuje ga s namjerom da dosegne javnost.

Taj gore opisani problem etičnosti ukazuje na problem pomicanja granica javnog i privatnog pod utjecajem uklapanja novih medija u svakodnevni život. Profili na društvenim mrežama su svojevrsni nastavak osobnih blogova i mrežnih stranica te omogućavaju dodatan razvoj osobe kroz virtualno sebstvo (Chandler 2004). Spomenula sam niz mogućih izbora etnografa u (ne)predstavljanju sebe na internetu, ali istu tu mogućnost imaju i svi ostali sudionici.

Okretanjem radu od kuće za vrijeme pandemije COVID-19, porastao je broj onih koji su izgradili svoj posao i brend na internetskim mrežama. To je također važna pojedinost i za instruktore Beringinje za čije radionice, čak i ako se održavaju uživo, mnogi ne bi doznali bez internetskih društvenih mreža.

Upravo je internetski prostor omogućio moj prvi susret s temom Beringinje, a ponajviše društvene mreže TikTok i Instagram. TikTok je platforma na kojoj korisnici mogu objavljiivati kratke video zapise, a Instagram služi za objavljiivanje slikovnih i video zapisa. Obje platforme su vrlo slične, no TikTok je nešto više fokusiran na kraći i brži sadržaj te mlađu publiku za razliku od Instagrama. TikTok je platforma koja je izuzetno dobra u predlaganju sadržaja svojim korisnicima te je tako meni predložio video kreatorice pod imenom @wraithlingg koja trenutno ima skoro dvjesto tisuća pratilaca. Njen profil smatram mojim uvodom u interes za temu ovoga rada. Njen video koji mi je TikTok predložio je bio odgovor na pitanje: „Koje su neke povijesne zablude koje vas stvarno živciraju?“ (eng. „What are some historical misconceptions that really annoy you?“). U videu je govorila o svom diplomskom radu kojeg je napisala na temu kultova božica te kako su oni promijenjeni pod utjecajem kršćanstva, odnosno kako više nema viđenja tih ženskih likova kao kompleksnih osoba koje su imale poziciju moći u društvu. U videu dalje govori kako su kršćanski arheolozi uništili većinu povijesti koju znamo, od odlazaka u mjesta gdje nisu pripadali i iskopavanja artefakata, do promjene narativa o božicama kako bi ih prilagodili nauku i standardima dominantne kršćanske ideologije. Za to navodi primjere božica koje su bile povezane



s ratovima, nečistoćom, razvratnosti, a danas su, brisanjem povijesti vjerovanja i mitologija raznih kultura, sve poznate samo pod epitetom plodnosti. Nažalost, taj video više nije dostupan na njenom profilu, ali video slične tematike je te ću stoga njega opisati. Video je odgovor na komentar na nedostupni video u kojem osoba piše kako joj je teško priznati ono što se navodi, jer je kršćanin, ali se mora složiti o posljedicama kršćanske kolonizacije. @Wraithlingg na to odgovara video zapisom u kojem ističe da to nije nešto što je završilo u prošlosti, već se i dalje događa putem djelovanja kršćanskih misionara.

Kako demografiju mreže TikTok čini pretežno mlađa publika, mnogi izražavaju primjere svog odrastanja u obitelji čija je kultura kršćanska te zahvaljuju tražeći dodatne izvore učenja o prošlosti vjerskog sustava kojem pripadaju. I samu me zaintrigiralo da dalje potražim nešto o svojoj prošlosti vjerovanja i predaja o kojima sam znala manje nego o nordijskim, grčkim, rimskim, pa čak i azijskim.

Ukrajinska pjesma Shum<sup>1</sup> se 2021. godine natjecala na Eurosongu, Tada je na mreži TikTok postala izuzetno viralna, Korisnici su često koristili tu pjesmu za kompilacije slika i videa slavenske tematike. Slike su uglavnom bile pune motiva kojima se upisuje „staroslavenska“ atribucija, primjerice: žene u dugim bijelim haljinama s vijencem od cvijeća u kosi, tradicijska odjeća, nakit, vezovi i slično. Kako je zvuk te pjesme postao vrlo popularan, dostigao je širu publiku. Komentare na takve objave često ispisuju mladi čiji su roditelji odselili iz slavenskih zemalja te nisu odrasli u tim zemljama, ali su „osjetili nešto“ uz taj zvuk i vizuale. Na primjer, jedna korisnica kaže: „Svaki slavenski gen se probudio u meni kad je Shum počeo svirati“ (eng. „Every Slavic gene woke up in me when Shum started playing“), na što joj druga odgovara: „plačem na ovu pjesmu iako čak više ni ne znam pričati na ovom jeziku“ (eng. „this song makes me cry and I can’t even speak the language anymore“). Slično se ponavlja u mnogim drugim video snimcima i komentarima gdje ljudi spominju motive krvi, gena, buđenje emocija, čežnje i slično.

Putem algoritama društvenih mreža, danas je lako povezati se s ljudima koji imaju iste interese. Stoga sam zapravo vrlo brzo nakon otkrića kreatora sadržaja slavenske tematike došla do ljudi koji nude svoje usluge u istom tematskom okviru poput, na primjer, instruktora koje drže radionice Bereginja, prodaju nakit s njihovim simbolima i slično. Osim profila na mrežama Instagram i

---

<sup>1</sup> Tekst ove pjesme je inspiriran ukrajinskom tradicijskom pjesmom koja se pjeva u proljeće

TikTok, mnoge instruktorice imaju i svoje Youtube kanale na kojima proširuju svoje djelovanje. Svaka od njih na svom profilu ima dostupne poveznice na druge profile te često dodatne informacije o sadržaju koji nude, a i dostupne su za komunikaciju preko poruka i komentara.

### 3. Metodologija istraživanja

Za ovaj rad ću koristiti metode autoetnografije te etnografsko sudjelovanje s promatranjem te etnografski intervju. Smatram da je takav kvalitativni pristup najprikladniji izbor zbog dimenzije subjektivnih iskustava i motivacije koje nastojim zahvatiti kako bih dubinski i što cjelovitije zahvatila temu.

Kvalitativni pristup je ključan za izgradnju razumijevanja predmeta istraživanja (Škrbić Alempijević, Potkonjak i Rubić 2016:7). Kako bi se to ostvarilo potrebno je imati na umu sve razine situacije koja se istražuje. Kvalitativnom metodom promatranja opažamo okolinu i subjekte u prirodnim uvjetima, te uz sudjelovanje i sami dobijemo uvid u određena iskustva, odnosno dobivamo i podatke unutarnje perspektive umjesto samo perspektive izvana. Upravo je to ključno u etnografiji – deskriptivnost, sudioničko promatrački elementi, isticanje važnosti uranjanja u iskustvo (Potkonjak 2014:11). Autoetnografija je usmjerena na isto, ali ona kao primarni izvor koristi osobno iskustvo, introspekciju te interpretaciju kojom ju smješta u širi kontekst.

Dubinski intervju predstavlja daljnju potporu uranjanja u istraživanu situaciju. U njegovom korijenu je zanimanje za druge ljude, odnosno njihovo življeno iskustvo te kako ga oni sami razumiju i interpretiraju (Seidman 2013). Vrsta intervjua koji ću koristiti za svoj rad je polustrukturirani tip intervjua. Njega biram kako bih mogla dopustiti razgovoru da teče prirodno te da se kazivači izražavaju slobodno, međutim istovremeno smatram potrebnim usmjeriti kazivače na određene motive istraživačke teme kako bih dobila njihovu perspektivu o njima.

Intervjui su provedeni sa šest kazivačica. Sve kazivačice su dale pristanak na korištenje punog imena te ću ih stoga tako navoditi.

Kristina Rastović je instruktorka radionica Bereginja koje sam pohađala. Rođena je 1980. godine. Završila je studij socijalnog rada i ženske studije, a sada radi kao voditeljica u trgovini planinarske opreme. Uz to povremeno vodi ženske krugove i radionice Bereginja. Za Bereginje je saznala preko prijateljice koja joj je pokazala oglas za prvu radionicu Bereginja u Zagrebu.

Marina Marjanović, rođena 1991., prvostupnica je filozofije i sociologije. Trenutno radi kao instruktorka Bereginja i terapeutkinja karmičke dijagnostike. Za Bereginje je čula preko članka na mrežnoj stranici *Slavorum* u kojem je pisalo nešto kao „pusti jogu – slavenske žene vježbaju Bereginje”.

Marija Šulentić, rođena 1995., upravo završava preddiplomski studij kroatologije te dalje upisuje diplomski u istom smjeru. Čula je za Bereginje od kolegice na poslu koja je bila na radionici kad su pričale o slavenskoj mitologiji kojom se tad Marija bavila na faksu.

Natalija Jug, rođena 1966., radila je u Njemačkoj kao zubotehničarka, a sad je nezaposlena u rodnoj Hrvatskoj, u koju se vratila nakon 50 godina provedenih u Njemačkoj. U Njemačkoj je išla na satove joge te je na Bereginje krenula jer ju je podsjećalo na to, ali je i tražila nova poznanstva i prijateljstva u Hrvatskoj.

Nikolina Konjević, rođena 1998., završava agronomski studij hortikultura – voćarstvo. Nas dvije se poznajemo i prije pohađanja radionica Bereginja te je za prvu radionicu čula od mene i došla, ponukana mojim, ali i svojim interesom za „mistično, vještije i mitološko”.

Nives Krivačić, rođena 1970., je po zanimanju strojarski tehničar, ali se time nikad nije bavila nego je radila po trgovinama. Istražujući izlaze iz nezadovoljstva tadašnjom situacijom je naišla na NLP (neurolingvističko programiranje, pristup u komunikaciji, osobnom razvoju i psihoterapiji) te je nakon toga završila i theta healing i naišla na rekonektivno iscjeljivanje (iscjeljivanje energijom) čime se sad bavi.

Kazivačice su se uključile u ovo istraživanje nakon što sam im na radionici Bereginja predstavila svoju ideju za diplomski rad.

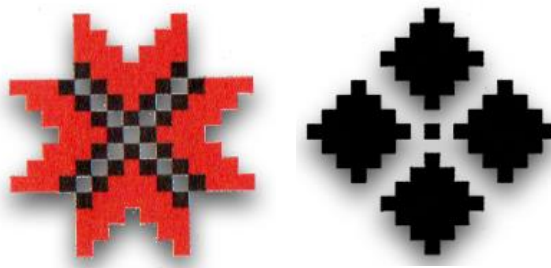
#### 4. Što (tko) su Beregjinje?

Beregjinje su sustav 27 energija (Beregjinja) koje se povezuju s tradicionalnim slavenskim simbolima, pokretima i zagovorima. Beregjinje ne možemo nazvati rekonstrukcijom neke staroslavenske prakse jer nemamo dovoljno izvora iz kojih bismo mogli saznati njihovo točno podrijetlo, način izvođenja i svrhu. Prve tvrdnje o praksi Beregjinja nalaze se u knjizi Genadija Adamoviča (2006), bjeloruskog etnologa koji je o tome skupljao podatke među bjeloruskim ženama. No, sustav Beregjinja koji je došao na hrvatsko područje je usustavila Ruskinja Ksenia Silaeva. Postoje i druge škole sa svojim sustavima, ali se baziraju na istim pokretima i simbolima.

Svaku od 27 energija prati pokret, simbol i zagovor. Tih 27 energija također nazivamo i Beregjinjama i arhetipovima. Osoba ima svoju glavnu Beregjinju, odnosno glavnu energiju, te niz podupirućih energija. Simboli tih energije su nešto što će većina ljudi s našeg područja prepoznati, primjerice, u vezovima na tradicijskoj odjeći, stolnjacima itd. Zagovori su također nešto što postoji u našem jeziku, kroz poštapalice, stihove, izreke i slično. Primjerice, na slici 1 je simbol Pravde, točnije prevedeno s ruskog Istine, sa zagovorom: „Uvijek se sjeti, kako siješ tako ćeš i žeti!“



Slika 1: Simbol Pravde



Slika 2: Simbol Aktivnosti i pokreta (lijevo)  
i simbol Harmonije i neovisnosti (desno)

Na slici 2 su simboli za Aktivnost i pokret te za Harmoniju i neovisnost. Pokreti su također intuitivni, simbolični (npr. postavljanje granica rukama), a neki elementi pokreta su prepoznatljivi u tradicijskim plesovima.

Tih 27 energija su podijeljene u tri svijeta, Gornji, Srednji i Donji, a svaki od njih ima 9 energija. Gornji svijet je Prav i pripada božanstvima, Srednji svijet je Jav i to je onaj u kojem se mi nalazimo, a Donji svijet je Nav i to je svijet predaka. Adamovič piše: „Sve dolazi iz ovih svjetova i vraća se u njih. Čovjek se rađa, živi i umire u tim svjetovima, poštujući njihove zakone i pravila“

(Adamovič 2006: 3). Jedna od kazivačica, instruktorka Marina Marjanović taj krug protoka energija opisuje putem pojma uzemljenja:

„Mi smo bića koja su stvorena da primaju energiju Gornjeg svijeta i prenose je u Donji, zatim se onda iz zemlje vraća i tada je iznosimo u Srednji svijet – kroz srce. Kao što biljke upijaju sunčevu energiju i kroz svoje tijelo predaju je korijenju u zemlji, a zemlja uzvraća tako što imaju čvrsto tlo iz kojeg dobivaju hranu kako bi mogle rasti, tako i čovjek ako spusti energiju iz glave prema dolje, ona će se vratiti i opskrbiti mu tijelo.“ (12. 8. 2022.)

Svaki od triju svjetova, kao što je navedeno, ima devet krugova, odnosno devet energija. Bereginje su te energije i shvaća ih se dijelom arhetipske strukture svijeta:

„ (...) energije koje konstruiraju ovaj svijet, ne moramo ih uopće zvati Bereginjama. Možemo ih zvati energijama. A svaka se energija nekako manifestira, i onda svaka ta energija, dakle, one pokrete koje radimo, oni su zapravo prikaz te energije u pokretu.“ (Marina Marjanović, 12. 8. 2022.)

Dakle, naziv Bereginje koristimo i za pokret i za energiju, ali i za ženu koja ih izvodi. Uz simbol i zagovor, oni svi zajedno čine cjelinu.

Za Bereginje je također važan pojam „osobnog niza” pojedinca. On se sastoji od glavne energije osobe, energije prokletstva osobe, odnosno njenog izazova u životu, i energije blagoslova, odnosno izbavljenja koja joj pomaže da prebrodi taj izazov. Uz glavnu energiju, energiju prokletstva i blagoslova, tu su još 6 podržavajućih energija. Te energije su različite za svaku glavnu energiju, a također su dio 27 energija (Bereginja). Praksa Bereginja se sastoji od harmoniziranja tih energija kroz pokrete, simbole i zagovore koji ih predstavljaju. Osobni niz se računa kroz slavenski horoskop kojeg opisuje Adamovič u svojoj knjizi (2006:19), a Ksenia Silaeva nudi tablice izračuna u svojoj knjizi *Sila Beregini* (2017).

Interes za Bereginje na ovom prostoru je buknuo upravo kad je svijet zahvatila mjera zatvaranja uslijed pandemije virusa COVID-19, 2020. godine. Možda je zapravo to i bio razlog zbog kojeg je interes za Bereginjama porastao. Mnogi su se okretali načinima ispunjavanja vremena dok su bili zatvoreni u kući. Usto, mnogi su provodili mnogo više vremena pred ekranima nego inače.

Tehnologija i internet su postali dijelom naše svakodnevnice znatno više nego prije. Odjednom su nam se na ekran prebacili dijelovi života koji su od njega prije bili odvojeni, barem djelomično, poput posla i škole, ali i društvenog kontakta općenito. Društvene mreže su postale mjesto učenja, druženja i zabave. Bez njih ovaj rad ne bi postojao.

U Hrvatskoj postoji nekoliko instruktorica Bereginja, ali one nisu prve donijele tu praksu ovdje. Maja Dobrila Vukša je prva koja je otišla u Rusiju da postane instruktorica Bereginja prema školi Ksenije Silaeeve. Maja se ne bavi toliko Bereginjama, ali je zaslužna na donošenje informacija o njima na hrvatski prostor. Tražeći gdje je uopće početak prakse Bereginja, dolazimo do knjige Genadija Adamoviča, *Gimnastika slavenskih čarobnica (Гимнастика славянских чаровниц, 2006)*. Kako navodi Gabriela Kuznowicz, poljska psihologinja te propagatorica i instruktorica Bereginja u Poljskoj, taj se bjeloruski etnolog prvi put susreo s ovim pokretima kad mu ih je pokazala jedna njegova studentica koja ih je pak naučila od svoje bake. Tada je započeo svoje etnografsko istraživanje tih kretnji u Bjelorusiji razgovarajući sa starim ženama, što je rezultiralo njegovom kreacijom ženske gimnastike koju je nazvao *Stajaća voda*. Kuznowicz navodi kako je Adamovič falsificirao podatke i nije nudio pouzdane izvore, međutim, ističe kako su i u Poljskoj stare seoske žene prepoznale pokrete o kojima je Adamovič pisao. Također navodi kako je teško utvrditi istinu, no „ova gimnastika funkcionira“ (Kuznowicz prema Jasinska, 2020). Naziv *Bereginje* Adamovič je izabrao smatrajući ga važnim pojmom, jer predstavlja božicu zaštite, često povezanu uz rusalka i Mokoš, a time i vodu i zemlju, odnosno prirodu. Vježbe su namijenjene isključivo ženama, koje su ih navodno izvodile u prirodi, skrivene od pogleda, samostalno ili u ženskom krugu.

Bereginje je najviše proširila Ksenija Silaeva. Ona je preuredila Adamovičev sustav i proširila ga dodajući vježbanju pokreta element plesa. Time je pokrenula novu školu Bereginja *Sila Bereginji*. Zbog mogućnosti online učenja preko video snimaka, njena se škola proširila i izvan njene Rusije te su hrvatske i srpske instruktorice većinom, ako ne i sve, svoje obrazovanje stekle od Ksenije.

Moj ulazak u prostor „staroslavenskog“ je išao jako brzo. Čim sam otkrila prisutnost takve tematike na društvenim mrežama i likova božica koje su izbrisane širenjem kršćanstva, probudio se moj dublji interes za time tko su bili ljudi na čijoj zemlji živim. Međutim, malo toga sam mogla

pronaći i to je u meni izazvalo ljutnju zbog praznine koja nastupi kad se pitam o vlastitom podrijetlu. Nisam jedina koja je to osjetila:

„Mi učimo o grčkoj, rimskoj, zašto se ne bi učilo o slavenskoj [mitologiji]? Jer u nekom trenu se dogodilo to da se mi moramo sramiti, da se ne priča o toj slavenskoj mitologiji. Jer to su, kao ono, pogani, seljaci, to ne vrijedi. Taj nekakav kolektivni sram kojeg imamo bi bilo prekrasno da nestane i onda da i drugi to prepoznaju.“ (Kristina Rastović, 4. 8. 2022.)

„Bilo mi je otkriće kad sam saznala za slavenske bogove, prije dvije, tri godine. Ustvari, u ovom prostoru, hrvatskom, bilo mi je otkriće saznati da je nešto bilo toliko moćno prije kršćanstva i da se kršćanstvo ustvari prilagodilo tome. I da bi opstalo ovdje moralo je uzeti elemente iz paganskih religija. To mi je, onako, bilo baš wow, ne znam...“ (Marija Šulentić, 5 .8. 2022.)

Prva od dviju citiranih kazivačica, instruktorka Kristina, istaknula je upravo to da su je Bereginjama privukli ključni izrazi slavenske tematike koje su opisivale radionicu na koju je ona prvi put išla, a to su primjerice: Mokoš, slavenska mitologija, slavenska gimnastika i dr. Iako neke polaznice nisu imale konkretan interes za „slavensko“ prije nego što su otkrile Bereginjice, za druge je polaznice takav interes bio katalizator otkrića i ulaska u praksu Bereginja. Kristina je i prije Bereginja neko vrijeme sudjelovala u aktivnostima zajednice Paganskog kruga Hrvatske<sup>2</sup>, a Marija se na studiju kroatistike susrela sa slavenskom mitologijom u književnosti. Osobno, pratila sam mnoštvo online sadržaja putem kojega sam tada saznala za Bereginjice.

#### **4.1. Radionice Bereginja**

Na prvu sam radionicu uživo došla misleći da manje-više znam što očekivati, s obzirom na to da sam neke materijale o izvođenju pokreta već dobila. Znala sam da mi se ideja sveukupno sviđa, ali me ipak potpuno iznenadilo koliko je dojam uživo jači, pod utjecajem blage, ženstvene energije

---

<sup>2</sup> Zajednica koja svojim članovima pruža prostor za edukaciju o poganstvu, rad i druženje te su trenutno u procesu registracije u *Evidenciju vjerskih zajednice Republike Hrvatske* u nastojanju da ostvari zakonski legitimitet. Svoje vrijednosti baziraju na povezanosti čovjeka i prirode te stoga organiziraju izlete, ritualne proslave blagdana povezanih s ciklusima prirode te predavanja i edukacije.



instruktorice i energije drugih polaznica i, naravno, prostora. Većina kazivačica je došla bez ikakvih očekivanja na pravu radionicu, slobodne i otvorene za novo iskustvo.

„Apsolutno bez očekivanja sam bila, kao ono dijete koje se raduje da će upoznat, vidjet nešto novo. I stvarno sam tako došla, otvorenog srca, upoznat i vidjet nešto novo. Osvojila me ta energija, taj ženski krug, ta povezanost.“ (Nives Krivačić, 9. 8. 2022.)

Sve kazivačice su istaknule tu prvotnu privlačnost:

„(...) preko web stranice Slavorum (...) neki članak, kao, 'ma pusti jogu, slavenske žene vježbaju Bereginje'. Onda sam tu vidjela par slika sa pozama, odmah se oduševila i krenula tražiti.“ (Marina Marjanović, 12. 8. 2022.)

„(...) počele iskakat u objavama Bereginje, Bereginje i mene je to toliko privuklo da sam kliknula da uopće vidim što je to i počela istraživat. I to je bio samo onaj glas - AHA! To je to! To hoću! To želim! (Nives Krivačić, 9. 8. 2022.)

Pohađanje radionica nije besplatno, a cijene se razlikuju ovisno o tipu radionice i o instruktorici koja ih vodi. Neke od njih žive od tih prihoda dok je nekima to nešto što rade sa strane. Kako bih opisala tijek radionice, u mojem fokusu će biti prva na kojoj sam bila. Ta radionica je imala naziv „Bereginje i elementi”, a vodila ju je Kristina Rastović u dvorani koja se inače koristi kao joga studio. Održala se u večernjim satima, sunce je već zašlo. Unutra je bila prigušena rasvjeta te prostirke, dekice i jastuci na podu. To je sve pridonijelo dojmu dobrodošlice i opuštenosti.

Sjele smo u krug, zapalile svaka svoju svijeću, koju smo donijele po uputi instruktorice, i predstavile se jer je taj put bilo novih polaznica. Svaka je rekla svoje ime, izabrao ime svoje pretkinje i podijelila s drugima kako je došla do ove radionice i interesa za nju uopće. Najčešće su ljudi za pretkinju birali svoju majku, a ja sam izabrala baku. To „uvođenje” izabrane pretkinje u krug ima svrhu da dodatno opusti polaznice i omogući im da se osjećaju sigurno. Uglavnom su razlozi za izabranu pretkinju bili u tome što im je ona bila uzor, inspiracija, netko tko ih je naučio puno životnih lekcija, netko poput koga žele biti i slično. Jedna žena je izabrala svoju majku zato

što ju ona spušta na zemlju, a to joj je potrebno jer joj je glava stalno „u oblacima”. Također, kako bi povezali razgovor s ulazom u daljnji tok radionice svaka je rekla na što ju asocira pojam „elementi” iz naslova. Sve su ga povezale s prirodom, vodom, zrakom, zemljom i vatrom. Svaka radionica na početku ima takve razgovore putem kojih se žene upoznaju i zbližavaju.

Potom smo prešli na rad s Bereginjama, započinjući s molitvicom otvaranja tog rada:

*Zemljica majčica, Oganj tatica, Vjetar bratac, Vodica sestrica,  
tri put po devet Bereginj,  
vam' se obraćam,  
pred vam' se poklanjam,  
silu mi dajte, od zla spašajte,  
put mi pokažite, slobodu podarite,  
kak Rod veli, od zore do zore nek bude tak.*

Prva Bereginja koju smo radili je bila Odlučnost. Voditeljica nam je prvo opisala tu energiju odlučnosti i zatim poslala u krug papir s njenim simbolom i zagovorom: „Što je nepotrebno odlučno bacam, s lakoćom sudbini koračam!”. Slijedi vizualiziranje tog simbola u zemlji ispod nas, te kako ga dahom uvlačimo u svoje tijelo i izdahom širimo oko sebe. Zatim je instruktorka pokazala pokret za tu energiju koji potom izvodimo svi zajedno. Na kraju bi izdahom vratili simbol iz nas natrag u zemlju. Cijeli smo proces ponovile s još tri Bereginje. Broj Bereginja koje se izvode nema pravila, već ovisi o instruktoričinoj ideji za tu radionicu. Nakon toga, rad s Bereginjama se zatvara molitvicom:

*Zemljica majčica, Oganj tatica, Vjetar bratac, Vodica sestrica,  
tri put po devet Bereginj  
silu sam primila, na dobro napravila,  
mir u sebi postavila, poduku primila.  
Istina pokaži se, v tijelu mom proširi se,  
put mi pokaži, dušu moju pomaži,  
hvalu vam dajem, hvalu vam dajem,  
hvalu vam dajem, dar sad dajem.*

Nakon izvođenja Bereginji, sve žene u krugu mogu slobodno podijeliti svoje dojmove.

Pokreti Bereginja su nešto između joge i plesa. Neki se zadržavaju u jednoj poziciji, u drugima se više kreće. U njihovom izvođenju osoba može doći do nekih ideja, spoznaja, promišljati o energiji koju predstavljaju i slično, o čemu ću više pisati u idućem poglavlju.

Specifičnost Kristininih radionica je dodatak kreativnog dijela nakon rada s Bereginjama, a koji se često sastoji od plesa u krug. I u opisanoj radionici je na kraju pridodan ples, pri kojemu smo držeći se za ruke kretale u krug. Potom smo u krugu stale i zatvorile oči dok je instruktorka započela priču o elementima. Uputila nas je da držimo oči zatvorenima, slušamo i krećemo se po potrebi, kako nam odgovara. Nježnim, ali snažnim glasom je prvo kroz pripovijedanje opisivala vatru, koristeći motive Sunca, lave, magme, osušene trave na poljima, a zatim i druge elemente, vjetar, zemlju i vodu. Pripovijedanje je pratila uz simboličke pokrete tijela koji su dočaravali tu priču. I ostale polaznice su se kretale uz priču. Primjerice, laganije su se njihale na mjestu uz opis krajolika na nježnom povjetarcu, a pokreti su bili naglašeniji kad je u priču došao jak vjetar. Osobno sam se najviše povezala s vodom u ispričanoj priči. Odgovaralo mi je sve, od mirnog jezera i plutanja, do brze vode koja te gura svojim tokom. U tom, kao i u dijelu radionice čiji opis slijedi, iskusila sam čudesni, magijski aspekt radionice. Uz atmosferu pljuska vani, prigušenog svijetla i plamena svijeća unutra, dio priče o vodi me je odveo u svojevrsni trans.

U idućem je dijelu radionice instruktorka donijela koshije - instrument u obliku cijevi koji se drži za špagu te proizvodi opuštajuće zvukove kretanjem ruke koja ga drž - svaki sa simbolom jednog elementa - vode, vjetra, zemlje, vatre. Svaka je žena intuitivno izabrala jedan kojeg je potom svirala. Iskustvo čudesnog se nastavilo kad sam dobila koshi sa simbolom vode. Žena koja je na početku radionice u naš krug „stavila“ svoju majku jer joj je potrebna, kako je pojasnila, da ju spusti na zemlju, dobila je koshi s elementom zemlje.

Uslijedio je kratak razgovor o dojmovima, a potom smo se zagrlile za pozdrave i zahvalile jedna drugoj. Kroz takve razmjene se gradi osjećaj zajednice, jer dijelimo međusobna iskustva, podržavamo se, učimo jedna od druge i tako se povezujemo.

#### **4.2. Preci i „osobni niz“**

Kroz Bereginje se nastoji harmonizirati energije koje nas čine. Kazivačica Kristina Rastović to opisuje pozivajući se na Mokoš i tri niti koje nam ona dodjeljuje pri rođenju: jednu za rađanje, drugu za život i treću za smrt. Kroz Bereginje postizemo razumijevanje tih niti, uzorka koji tvore, našeg postupanja s njima, odnosno načina na koji tkamo naše platno. Mi ih možemo spoznati, pratiti, razvući te ponovno istkati da izliječimo platno koje potom prenosimo potomcima.

Jedna od motivacija mojih kazivačica da ostanu u praksi Bereginja je upravo ta povezanost s precima. Osim očite fizičke, krvne povezanosti, tu je i ona duhovna. Primjerice:

„Ne želim da to bude samo neka floskula, traženje identiteta, ali nekak mislim da je narodu, tj čovjeku, koji pripada nekom narodu bitno da se može povezati sa korijenima, s nekim tko je živio na ovom prostoru prije tebe, ali u stvari koji je dio tebe. Meni ta povezanost u nekom smislu pruža mir. Kao da ti preci nisu pali u zaborav nego žive dalje kroz nas i nećemo pustiti da nestanu. Na taj način, i ja sam bolji čovjek. Jer, u smislu, ako se brinem za nekog koga nema, mogu se brinuti i za nekog tko će tek doći. Jer, u smislu, kao, ne mislim samo na sebe. I samo na sadašnjost. Nego sam svjesna da postoji i prošlost i budućnost. (Marija Šulentić, 5. 8. 2022.)

U ovom citatu vidim dvije stvari. Prvo, gradnja sebstva kroz povezanost s precima. I sama sam to osjetila kroz istraživanje vlastitog obiteljskog stabla, odnosno kroz učenje o svijetu u kojem su moji pretci živjeli i situacijama kroz koje su prolazili sam naučila i o kontekstu u kojem su oblikovali sebe i svoj svjetonazor što direktno utječe na način kako su odgajali svoju djecu i koje su vrijednosti prenosili. Drugo, održavanje sjećanja na pretke, što ne obuhvaća samo prošlost nego i svijest o našem djelovanju u sadašnjosti koje utječe na budućnost. I mi ćemo jednog dana biti dio obiteljskog stabla nećijih predaka, stoga moramo biti svjesni kako konstruiramo naše sebstvo i naše djelovanje u sadašnjosti. Kao što Marija kaže u citatu, takva perspektiva brige za one koji su već bili vodi i do brige za one koji će tek biti. Ta briga se može pokazati primjerice brigom za vlastite potomke i obitelj te briga za naš utjecaj na svijet koji će oni naslijediti.

Kristina Rastović je primijetila da stariju skupinu žena na njene radionice privlači baš motiv obitelji:

„Da, starije polaznice to većinom rade za sebe, ali i za svoje potomke. Zato što ne žele da se prenaša nešto što nije dobro u rodu njihovom, a to je ono što kroz Bereginje radimo. Iscjeljujemo nešto što se ponavlja uporno u našem rodnom stablu, a nije potrebno. I onda kad radimo Bereginje, to zapravo primjećujemo. I tu onda mi vežemo te simbole, tkamo svoje novo platno, svoj novi simbol i onda prenosimo potomcima. To je ono kaj sam ja vidjela.” (Kristina Rastović, 4. 8. 2022.)

Hanegraff ističke kako se motiv iscjeljenja često pojavljuje u novim duhovnim pokretima. Bolest se ne vidi samo kao fizička, nego i simbolička (1996:43). To znači da ona u sebi nosi neko značenje, da povezuje mentalno i fizičko, u suprotnosti s tradicionalnim zapadnjačkim pristupom

koji to dvoje odvaja. Osim povezivanja tih dijelova individue u cjelinu, također se individua povezuje sa svojom obitelji i okolišem. U gornjem citatu vidimo prenošenje nečega negativnog kroz generacije, nečega što osoba liječi u sebi kako bi izliječila svoje potomke sprečavanjem daljnjeg prenošenja. U Bereginjama to konkretno znači izvođenje svog osobnog niza, što traje ovisno o želji i potrebama osobe. Osobni niz se radi svaki dan, kroz najmanje 21 dan ili najviše 108 dana, iako naravno nije zabranjeno nastaviti i nakon što smo gotovi. Priprema za osobni niz ide kroz upoznavanje vlastitih predaka, živućih i umrlih. Osoba istražuje svoje porijeklo, svoje obiteljsko stablo, karakter svojih predaka i događaje kroz koje su prolazili u životu. Također se traže i istražuju vezovi na platnu koje su izvezle pretkinje, ako su vezle. Na tim vezovima se mogu vidjeti koji simboli se ponavljaju, te potom razmišljati o njihovim energijama. Na ovaj način osoba nauči puno o sebi. Upoznaje sebe kroz učenje o bližnjima jer tako širi razumijevanje situacije u kojoj je odrasla, u kojoj su njeni roditelji odrasli i slično. Te informacije daju potpuniju sliku vlastitih i obiteljskih obrazaca koji se ponavljaju, što nazivamo Bereginjama, energijama koje se prenose.

Izvedba osobnog niza se sastoji od izvođenja pokreta svake energije u našem nizu te korištenja simbola te energije. Kroz pokrete, osoba dolazi u meditativno, promatračko stanje kroz koje osvještava trenutno stanje povezano s energijom koju pokret predstavlja. To osvještavanje ne ide samo mentalno nego i kroz osjećanje tijela u pokretu ili držanju pokreta, slobodi kojom se kreće i slično. Za primjer ću navesti pokret koji je povezan s Bereginjom (energijom) Komunikacija i uspjeh u odnosima. Nekim ženama na radionici je taj pokret drag jer ga izvode s lakoćom i osjećaju se „kao ptica“. Položaj ruku simulira krila ptice. No, ja sam se osjećala ukočeno i nelagodno u tom položaju sve dok mi instruktora nije rekla da zatvaram grlo dok izvodim taj položaj. U tom trenutku je fizički pokret u meni osvijestio zatvaranje grla, odnosno kanala komunikacije zbog privatnih iskustava kroz život i trenutnih stresora. Nakon što sam otvorila grlo, pokret je postao lakši i ja sam se osjećala slobodnije.

Simboli Bereginja se koriste na mnogo načina. Osobni niz se može vesti iglom i koncem na platno, njima se može oslikavati tijelo, mogu se crtati na papiru i slično. Prije izvođenja pokreta se simboli mogu gledati ili ih se može vizualizirati. Rad sa simbolima ima sličan meditativan učinak kao i pokret – potiče osvješćivanje i promišljanje o energiji koju simbol predstavlja. Primjerice, prije

izvođenja pokreta se može promatrati simbol te vizualizirati kako ga dahom uvlačimo u tijelo i izdahom širimo oko nas.

Izvođenjem osobnog niza, ali i svih ostalih Bereginja, osoba postiže veće razumijevanje tih energija te ih tako može harmonizirati unutar sebe, a time i u svojoj okolini, svojim djelovanjem. To je ono na što Kristina Rastović misli kad kaže da sami vezemo svoje simbole (energije), a potom oni čine novo platno koje „prenosimo” svojoj okolini, svojim potomcima. Za primjer navodi kako žene često pokušavaju riješiti neku osobnu tragediju za koju se ispostavi da se ponavlja kroz obiteljsko stablo te žene. Ona onda pokušava spoznati uzrok toga, kako bi to razumjela i spriječila prenošenje te tragedije na svoje potomke.

Marija Šulentić opisuje što joj pruža povezanost s precima :

„ (...) kao neki mir, u smislu da, kao, ti preci nisu pali u zaborav nego, kao, da dalje žive kroz nas i da im nećemo pustiti da nestanu. Na taj način, ja mogu biti bolji čovjek. U smislu, ako se brinem za nekog koga nema, mogu se brinuti i za nekog tko će tek doći. Jer, kao, ne mislim samo na sebe i samo na sadašnjost nego sam svjesna da postoji prošlost i budućnost.“

Marijin opis odgovara Kristininom opisu međusobne povezanosti osobnog djelovanja koje potom utječe na budućnost, ali i osnaživanja koje primamo iz osobnog djelovanja predaka u prošlosti.

Silaeva (2017) ističe nedostatak ispunjenja naše potrebe za povezanošću s precima u ovom turbulentnom, modernom svijetu. Piše kako smo izgubili drevna znanja naših predaka, ali kako je njihova energija i dalje živa i dio svih nas. I samoj mi je nevjerojatna razlika načina na koji je moja majka živjela i na koji ja živim, a kamoli moja baka i ja, i tako dalje u prošlost. Nevjerojatna je brzina s kojom se život promijenio u zadnjih pola stoljeća. Iako to “znanje predaka” djeluje nedohvatljivo, ipak nije sve palo u potpuni zaborav, mnogo toga ima odjeke u sadašnjosti. Na našem području su najočitiji primjer upravo simboli Bereginja:

„Znači kad je Kristina izvadila te simbole, oni su mi bili jako poznati. U principu, kao, nisam znala što je što, ali sama ta bijela podloga i gore nešto izvezeno... to meni izgleda kao stolnjaci, a svi doma imamo takav od baka. (...) Mislim da je bitno da ljudi budu upućeni u to jer to je ipak dio povijesti i kulture, kao što sam rekla, naše bake su to dobro znale. Okej, možda nisu nazivale isto, ali jesu koristile te simbole, u nošnjama, na stolnjacima, po kući... “ (Marija Šulentić, 6. 8. 2022.)

Silaeva (2017) također opisuje „buđenje genetske memorije“. Taj osjećaj poznatog su sve kazivačice opisale, makar samo za simbole koje su vidjele negdje, najčešće na starim vezovima. Adamović (2006) se isto osvrće na taj osjećaj. On piše da je upravo to pokazatelj ispravnosti ove prakse za ljude koji su potomci starih Slavena. On navodi kako su ovo univerzalna znanja koja je svaka civilizacija usustavila na način koji odgovara njihovom svjetonazoru i psihofizičkom sustavu. Kao primjere navodi jogu i qi gong.

Povezanost s precima se u provedenim intervjuima često ispreplitala s povezanošću s prirodom. Marija Šulentić govori kako kroz tu povezanost gradi svoj identitet, odnosno opisuje važnost poznavanja običaja i načina življenja svojih predaka kao nešto što gradi njen identitet dok istražuje vlastitu povijest. Te običaje i način življenja ona opisuje kroz prizmu prirode i njenih ciklusa, odnosno življenja u skladu sa zemljom gdje primjerice svi blagdani padaju na dan povezan s prirodnim procesima poput promjene godišnjeg doba, obrađivanja zemlje i slično.

„Imam potrebu znati što je bilo prije mene i u što su ljudi vjerovali na našim područjima jer smatram da je to dio mene.“ (Nikolina, Konjević 1. 8. 2022.)

Navedno upućuje na to kako su radionice Bereginja svojevrsna potpora ženama koje prolaze kroz proces „iscjeljivanja“. Kroz zajednički simbolizam, uče o sebi i jedna o drugoj, šireći time svoje vidike. U takvoj podržavajućoj zajednici, žene se lakše otvaraju prema novim spoznajama.

### **4.3. Priroda**

„Hmm, priroda, apsolutno. Ne mogu zamisliti odvojenost od prirode, da nisam povezana s njom i da ne iziđem van, ne stanem bosa na zemlju, da ne zagrlim drvo. Jer priroda nam daje takvo obilje, priroda nas uči životu. Samo treba promatrat mijene u prirodi i pratit ju.“ (Nives Krivačić, 9. 8. 2022.)

Priroda je također jedan od motiva koji su kazivačice izdvajale. Spomenula sam povezanost tog motiva s motivom predaka. Kazivačica Natalija Jug također povezuje motiv prirode s precima.

Ona opisuje svoje djetinjstvo i povezanost s bakom te navodi kako joj se bakine lekcije vraćaju sve više otkada sudjeluje u praksi Bereginja, pogotovo u prirodi:

„Moja baka je isto tak bila ljubazna i nježna. (...) Kad je umrla kao da je pričala još sa mnom. I sad ko da se pak to ponovi. Mislim, već je dugo umrla, prije dvadeset godina. Ali kao da mi ponovno dolazi sad nešto. (...) Ko da mi veli, 'daj odi, živi to, tu ljubaznost, nježnost', kak je pričala. To mi dolazi pak malo znaš. Što više radimo i pričamo i idemo u prirodu, ko da mi dolazi pak to.“ (Natalija Jug, 11. 8. 2022.)

Elementi prirode se također spominju u molitvici otvaranja prakse Bereginja. U njoj se spominje Otac Vatra, Majka Zemlja, Brat Vjetar i Sestra Voda. Povezanost s prirodom polaznicama omogućuje da lakše osjete njene energije. Mnoge polaznice su rekle da primjećuju razliku u kvaliteti izvođenja pokreta u prirodi spram onoga u zatvorenom prostoru. Usto, intervjuirane instruktore, kao i Silaeva (2017) i Adamović (2006) govore kako su žene navodno promatrale prirodu te u njoj prepoznavale simbole koje bi potom vezle, primjerice, na odjeću novorođenčeta. Ti simboli su oni koji predstavljaju energije, odnosno danas nazvane Bereginje. Stoga u njima vidimo motive prirode, primjerice ptice, oganj vatre, sunce, latice cvijeća itd.

Pojam uzemljenja se posebno ističe u načinu na koji Marina Marjanović pristupa Bereginjama:

„Znači, meni su prije svega Bereginje i cijeli taj slavenski horoskop vrlo logični, uzemljeni, jer su Slaveni kao narod bili vrlo uzemljeni i povezani s prirodom.“ (Marina Marjanović, 12. 8. 2022.)

Ona svoju duhovnost razumije kroz pojam uzemljenja, odnosno ne odvaja ju od fizičkog svijeta. Uzemljenje objašnjava kao spuštanje nepotrebne energije iz tijela u tlo kako bi ona mogla kružno kolati. Kroz Bereginje to možemo opisati kao primanje spoznaja iz Gornjeg svijeta koje nam postaju teret ako ih ne prilagodimo Srednjem svijetu, odnosno stvarnom životu. Zato se te spoznaje šalju u Donji svijet, u Zemlju, te se tako oslobađamo za nove spoznaje i iskustva iz Gornjeg svijeta, a istovremeno djelujemo na Zemlju i bogatimo ju spoznajama koje joj dajemo. Marina se osvrće i na ekstazu koju je i ona znala osjetiti na radionicama Bereginja ili sličnim aktivnostima (npr. festivalima tematski povezanima s duhovnim praksama), a koju sam i sama osjetila, kao i mnoge druge kazivačice. Opisuje kako je to osjećaj koji nas odzemlje, vodi „u oblake“, što nije uvijek



nužno loše, ali da ga je potrebno uzemljiti kako bi učinak bio dugoročan. Dugoročni učinak se očituje kroz stvarne promjene u smjeru poboljšanja života nakon takvog ekstatičnog, transcendentalnog iskustva, umjesto da ono ostane samo na tom ugodnom osjećaju:

„Znaš ono, odeš na radionicu, sve ti je divno i krasno, i onda se vratiš u svoju svakodnevnicu i još ti je gore. Nema konkretnog efekta, zato što se tamo pokrenulo to, puste emocije, ekstatičnost i sve to, a nije se uzemljilo. Kad se uzemlji, onda zapravo to uopće nije više tako, ono, znaš, nešto nadnaravno. Onda možeš živjeti u najzagađenijem dijelu Zagreba kao ja i bit bogu zahvalan kako si na lijepom mjestu, kužiš? (Marina Marjanović, 12. 8. 2022.)

Primanjem tih iskustava dobivamo potencijal koji kroz prakticiranje Bereginja spuštamo u nas, u zemlju te ih tako kristaliziramo kako bi ih „probavili“ i pounutрили ono što smo naučili. I Marija Šulentić povezuje svoju duhovnost s prirodom ističući kako se u njoj osjeća najpovezanije sama sa sobom i svijetom oko sebe. Nives Krivačić također navodi povezanost s prirodom i precima kao dio vlastite duhovnosti.

Također se kao jedna od motivacija kazivačica za uključivanje i ostanak u praksi Bereginja pokazala tendencija okretanja prirodi i ekološkoj svijesti.

#### **4.4. Ženstvenost**

Bereginje su praksa isključivo namijenjena ženama koja je, prema Adamoviču, kreirana na temelju ženske usmene predaje te su pokreti koji ju čine u skladu sa ženskim tijelom. Usto, i simboli su povezani s tradicionalnim ženskim ulogama tkanja i vezenja.

Polaritet muške i ženske energije u Bereginjama predstavlja perspektivu neopoganstva (Hanegraaff 1996:88). Ideja polariteta o drugačijem, ali ne suprotstavljenom dio je perspektive holizma koji upućuje na harmonizaciju kroz balansiranje tih energija. U patrijarhalnom društvu odrasta se s određenim očekivanjima od žena i od muškaraca. Stoga se u *new age* duhovnostima općenito, te time i u neopoganskim zajednicama često otkriva ono što se percipira iskonskim – u slučaju Bereginja, to je ženski princip u nama i način kako ga izbalansirati s našom muškom stranom. Prema shvaćanju polaznica, upravo zato što naše društvo počiva na patrijarhalnim

temeljima ženama je potreban vlastiti prostor kako bi, pod vlastitim uvjetima, mogle otkriti svoju autentičnost i slijediti ju:

„Znala sam i prije da mi fali to žensko. Na neke načine sam i prije Bereginja to počela rješavat. Jer, onak, imala sam period gdje sam dosta odbacivala ženska prijateljstva (...). Shvatila sam da tu nešto ne štima, da nije u redu. (...) Ustvari, poslije te radionice, definitivno, puno više sam za žene. Trudim se vidjeti tu neku ljepotu i tu neku moć.“ (Marija Šulentić, 5. 8. 2022.)

Nakon prve radionice na kojoj sam bila, u poruci prijateljici sam napisala:

„Baš sam skužila koliko je prigušena ta ženska energija u ovom muškom svijetu. Ono znaš već to, ali tamo me baš ošamarila spoznaja. Kad smo čitali te zagovore Bereginja, način na koji čitaju oni koji su tamo duže, kao da se umiljavaju toj energiji. A onda mi novi, koji se postavljamo onako kako smo navikle- da moraš 'muški' ako želiš da te slušaju i čuju.“

Osim u glasu, razlike novih i starih polaznica su se primijetile i u pokretima. Ne samo u njihovu poznavanju, nego i načinu kako ih izvode. Pokreti započinju s rukama iza leđa, spojenih dlanova prema dolje (pozicija koju se prepoznaje u nekim tradicijskim plesovima u kolu) te se one masažno izvlače ispod pazuha, preko grudi, dalje u pokret. Novim polaznicama je uglavnom bilo čudno i novo tako nježno pristupiti sebi, bez seksualiziranja. Na stranici *Facebook Event*, u opisu prve radionice koju je Kristina Rastović održala, stoji :

„Naš životni tempo kao da oduzima s godinama ženi mekoću, gipkost, imamo osjećaj da smo stalno u nekom grču i da ne živimo svoj puni potencijal. Bereginje nas izvlače iz tog mindseta i vraćaju nas na onaj iskonski ženski izvor koji nas puni snagom, regenerira nas, zacjeljuje.“

Osim toga, Kristina preporučuje izvođenje prakse u haljini, premda bez obaveze. Taj element haljine za neke je polaznice element izazova – izazova u smislu odjevnog predmeta koji rijetko nose, a koji se u našoj kulturi poima ženskim. Srodan tom izazovu je onaj moj, ranije spomenut, da u izgovaranju zagovora prevladam instinkt koji zatamljuje ženstvenost u meni. Ujedno, haljina ili nježno izgovaranje zagovora su instrumenti koji u sigurnosti ženskog kruga radionice pomažu u prihvaćanju vlastite ženstvenosti:

„Žene daju podršku jedna drugoj i nema nekog osuđivanja, nego baš se potiče žena da bude što dublje žena. (...) Dobiješ tu notu ženstvenosti koja se možda danas gubi u cijelom ovom svijetu.“  
(Marija Šulentić, 5. 8. 2022.)

Sve kazivačice se slažu da bi se dinamika radionica Bereginja potpuno promijenila da u njima ne sudjeluju isključivo žene. Među razlozima za to ističu „energiju prostora“, osjećaj nelagode u određenim pozama pokreta te stoga nemogućnost potpunog opuštanja i posvećivanja sebi. Stoga je ženski krug upravo taj oblik u kojem se održavaju radionice Bereginja.

Ženstvenost se također povezuje s magijom. Sam Adamovič (2006) opisuje slavenske žene kao čarobnice te ovu praksu kao magičan razlog njihove privlačnosti i ljepote, a Silaeva (2017) govori o moćima slavenske žene. Na pitanje kakva je očekivanja od Bereginja imala, Marija Š. je samo odgovorila usklikom: „Vještija!“ Kristina Rastović ističe kako su takva očekivanja često ono što se mlađim polaznicama sviđa - taj magični ugođaj, te da ih najviše privlači to nešto čarobno, iskonsko, prirodno s čim se povezuju.

## 5. Zajednica

Kao što sam već navela, ulazak Bereginja u Hrvatsku, kao i moj ulazak u Bereginje, zbili su se putem interneta. Utjecaj tehnologije na svakodnevicu modernog čovjeka je velik, a posebno na mlade, odnosno one koji odrastaju u doba brzog razvoja tehnologija i društvenih mreža. On postaje paradoksalan (Allen 2014) kroz istovremeno potenciranje i pozitivnih i negativnih psihosocijalnih ishoda, razvoja vlastitog identiteta i osjećaja pripadanja grupi. I sama sam iskusila tu paradoksalnost potencijala društvenih mreža, pogotovo za vrijeme pandemije COVID-19 – od prezasićenosti ekranom i nedostatka interakcija u stvarnom životu, do dobivanja olakšanja i odmora kroz sve što nam tehnologija pruža, bili to online satovi vježbanja, dijeljenje humorističnih objava, otkrivanja mnoštva zajednica ljudi u kojima sam pronašla dijelove sebe.

Dolazak i širenje Bereginja u Hrvatskoj se dogodio zahvaljujući sve razvijenijoj globalnoj umreženosti. Sve kazivačice su svoj prvi doticaj s praksom Bereginja imale upravo putem interneta, bila to mrežna poveznica na članak koji ih je opisivao ili objava o nadolazećoj radionici. Čak je i obuka koju su obje instruktore kazivačice prošle bila prva koju je Ksenia Silaeva izvela na engleskom jeziku, online. To je bio prvi i velik iskorak za Bereginje u smjeru daljnjeg širenja.

Ali, i u Bereginjama se vidi ta paradoksalnost postojanja na internetu. Sve kazivačice koje su imale iskustvo online radionice su izrazile njenu nemjerljivost s iskustvima uživo. Navode se dva glavna razloga za to:

### 1. Drugačija „energija“

Ova praksa je bazirana na ideji povezanosti s prirodom, precima i ženama jedne s drugom. Takvu povezanost je teško ostvariti putem ekrana. Ponekad uopće nema kamera nego svatko prati snimku u svoje vrijeme te stoga nema onog protoka energije i znanja između voditeljice i polaznice. Također se ne može provjeriti pravilna izvedba ni reagirati na ono što u osobi koja izvodi pokrete potencijalno iskrasne, probudi se.

### 2. Raspršenost

S vremenom je sve više profila na društvenim mrežama i sve više članaka koji objavljuju sadržaj o Bereginjama. No, taj je sadržaj rascjepkan na djeliće cjelovitog narativa te stoga nedostaje cjelovita i smisljena slika koju polaznice dobiju i vide kada se okupe fizički. Uz to, kao polaznica, dio razloga te nedorečenosti i raspršenosti sadržaja i smisla vidim u

industriji duhovnosti kojoj je cilj stvoriti kupce zanimljivih instant sadržaja, a ne potaknuti predanu i utjelovljenu duhovnost Bereginja.

U intervjuima se isticala činjenica da mnogim današnjim ženama nedostaje društvo žena. Kazivačice su naglašavala kako imaju osjećaj da žive u svijetu krojenu prema muškarcu te da im radionice Bereginja ispunjavaju potrebu za bivanjem u „ženskoj energiji“. Marina Marjanović kroz osmijeh opisuje svoje znanje iz srednje građevinske škole o krugu kao najizdržljivijoj strukturi. Tako možemo reći da je krug upravo ključan da bude podrška u slobodnom dijeljenju mišljenja, osjećaja i iskustava.

U razgovoru s kazivačicama se kristalizirala definicija ženskog kruga koja uvijek ima element povezivanja i dijeljenja. Konekcija se ostvaruje kroz osjećaj prihvaćanja unutar kruga, a prihvaćanje dolazi kroz zajedničku svrhu i energiju „ženskog“. Sudeći prema kazivačicama, zajednica nastaje upravo kroz procese međusobnog dijeljenja u razgovorima, kada se sve međusobno slušamo te nastojimo razumjeti, pomoći i biti podrška jedna drugoj. Dodatan element koji jača tu zajednicu je razlika u dobi polaznica što pruža razmjenu različitih iskustava i razmišljanja:

„Ženski krug je siguran prostor gdje si podržana, gdje možeš biti ona istinska ti koja jesi, gdje možeš to širiti, davati i primati. Možeš osjetiti onu našu suštinu postojanja – tu sam to što jesam, savršena sam takva kakva jesam, dijelim to s tobom i primam to od tebe, i ti to meni isto daješ što ja dajem tebi.“ (Nives Krivačić, 9. 8. 2022.)

Otkrivanje vlastitog sebstva te razvoj same sebe je ono što prožima zajednicu Bereginja. Prvotno je to kroz rad na osobnom nizu u kojem pokušavamo razumjeti tko smo te koja je naša svrha u ovom svijetu. Kroz otkrivanje sebe, u Bereginjama otkrivamo našu blagost, toplinu te zadovoljstvo nekog unutarnjeg mira. Kako su navele i kazivačice, putem prakticiranja Bereginja otkrivaju i sebe i zajednicu isprepletenu. To se ne mora nužno odnositi samo na zajednicu polaznica, već se uočava i u zacjeljivanju odnosa s obitelji i prijateljima te u osjećaju mirnoće koji zrači i na strance. Taj aspekt neki mogu shvatiti kao „magiju Bereginja“, no smatram da zapravo kroz pronalaženje čvrstog temelja u sebi razvijamo i jače odnose s drugima. Instruktorica Marina

Marjanović to naziva uzemljenjem, pri čemu je čvrsta povezanost sa svijetom uvjetovana povezanošću sa samom sobom. Neopoganstvo, kao i *new age* spuštaju nebesko u zemaljsko te središte božanskog stavljaju unutar pojedinca, naglašavajući njegovo samoosnaživanje (Beyer 2006:280).

Nadalje, horizonti polaznica se otvaraju i u međusobnim razgovorima te dijeljenju dojmova pri čemu suočavaju vlastita viđenja svijeta. Međusobni odnosi nisu autoritativni niti hijerarhijski, ali ipak postoji poštovanje prema znanju instruktorice i njejoj voditeljskoj ulozi. Prihvaćanje i pripadanje su glavni motivi koje kazivačice ističu pri opisivanju odnosa unutar ženskog kruga Bereginja. Takvoj atmosferi pripadanja i prihvaćanja bez pritiska brzo se prepuste čak i one stidljivije. Na radionicama koje sam pohađala uživo, primijetila sam kako je Kristina Rastović izrazito vješta u njegovanju takve atmosfere. Sa svakim dolaskom nove polaznice, uvod u radionicu bi prilagodila tako da potakne interes nove osobe, primjerice, pričom o izrezbarenim kipčićima Roda i Mokoš koje se nalaze u košari uz simbole Bereginja i svijeće polaznica. To je priča o bogu Rodu i o kreaciji svijeta, uključujući našu vlastitu. Po njoj se naša svrha upisuje u knjigu Roda te u naš genetski kod. Tu se polaznice također uključuju u priču, dosjećanjem svih riječi koje su nastale od riječi „rod” (roditelj, rodbina, urod, narod, porod, priroda, itd.). Priča o Mokoš opisuje ju kao staroslavensku boginju te govori kako je ona ta koja na dan rođenja šalje Bereginju koja je glavna Bereginja rođenog djeteta. Također je opisana kao predak svih naših ženskih predaka, prva od koje je ženski rod nastao. Govori kako se njeno ime promijenilo dolaskom kršćanstva te ju i danas nalazimo u obliku primjerice sv. Petke, majke Marije i slično.

Nove polaznice se često prvi put susreću s tim pričama. Kristina pri svakom dolasku svaku dočeka s nježnim osmjehom i otvorenih ruku za zagrljaj čime signalizira toplinu, prihvaćenost i pripadanje:

„Kristina je i jako dobar moderator, svakog će saslušati (...), za nju samo riječi hvale. Ne znam, ima taj neki majčinski... vrlo je topla, brižna. U njezinom prisustvu se osjećaš jako ugodno i, ono, gledaš ju s povjerenjem da se možeš povjeriti ili pričati neke stvari, da će to ostati tamo. Ne radi ništa da ti bude nelagodno ili neugodno.“ (Marija Šulentić, 5. 8. 2022.)

Još nisam imala priliku prisustvovati radionici Marine Marjanović, no ona i Kristina imaju jednako viđenje svoje uloge u odnosu prema polaznicama. Svoju ulogu vide „protočnom“ pri čemu su one

svojevrzne prenositeljice znanja, ali i primateljice povratnih informacija od polaznica. Ponekad možda dođe netko čija se očekivanja ne poklapaju s onim što Bereginje zapravo nude ili stave prevelike zahtjeve na instruktore. Naime, danas osobe „na duhovnom putu“ u okviru neopoganstva i drugih *new age* struja lako podupiru „industriju duhovnosti“ (Beyer 2006:281) u kojoj se duhovnost hrani skupljanjem knjiga, pohađanjem seminara, kupovanjem „prave“ svijeće za obred. Taj materijalizam i stvaranja kultova ličnosti se kosi s odlikom *new age* pokreta da nemaju vrhovni autoritet i obaveze.

Tako i u Bereginjama postoji knjiga koja prikazuje usustavljenje prakse, ali ona se i dalje interpretira na način na koji instruktora izabere, kao što je i sama knjiga jedna od načina usustavljenja. Ali, i dalje je dostupno kupovanje raznih materijala. Neki od njih su primjerice kartice na kojima je prikazano ime, simbol, zagovor i slika pokreta određene Bereginje. Tu su onda još rune sa simbolima Bereginja, mješavine ulja i mirisa koji se povezuju svaka sa svojom Bereginjom, nakit sa slikama simbola i slično. Kako bi živjela od prodaje tih proizvoda i svojih usluga (poput održavanja radionica), osoba mora biti prisutna virtualno gdje gradi svoj brend. Kako bi tu prisutnost održala, osoba mora redovito objavljivati sadržaj koji će privući konzumente. Stoga, često dolaze ljudi koji očekuju „magična“ rješenja za svoje probleme koje im miris nekog ulja ne može dati, brze i lake formule koje im instruktore ne mogu dati:

„Na početku je bilo svega. Ja sam se zapitala želim li raditi sa svima njima. Okej, bog mi ih [polaznice radionica] je iz nekog razloga poslao, i kad sam se ja pomirila s tim - jedna po jedna je otpadala i ostale su one koje stvarno kuže i stvarno žele rad na sebi, a ne samo kao 'Bereginje su sad popularne, to je slavenska joga, idem ja to naučit'.“ (Marina Marjanović, 12. 8. 2022.)

Obje kazivačice, instruktore, pokazuju taj princip čvrstog temelja u sebi. To je jedan od ključnih razloga zašto oko sebe okupljaju polaznice koje stvarno postaju zajednica u kojoj sve akterice uče jedna od druge te suosjećaju jedna s drugom:

„Ja apsolutno puno učim od žene. U biti, jednom sam pročitala - ako želiš naučiti i razumjeti, postani učitelj. U biti, ja još više razumijem Bereginje kad radim s drugim ženama. Tek onda ih počinjem vidjeti i razumjeti.“ (Kristina Rastović, 4. 8. 2022.)

Sama ideja Beringinje se oslanja na povezivanje sa samim sobom kako bismo se mogle harmonično povezati s drugima. No, također se oslanjanje na ženski krug, odnosno zajednicu žena koja uče jedna od druge i podržavaju se. Te zajednice su dovoljno malene da se osjeća prisnost i lakše se zbližiti međusobno. Nekim ženama je motivacija od početka bila da pronađu ljude sa sličnim interesima, upoznaju nekog novog i slično, ali velik dio motivacije za ostanak je upravo to upoznavanje sa zajednicom koja pruža međusobno razumijevanje, svojevrsnu bliskost i podršku.



## 6. Što se mijenja u životu žene koja prakticira Bereginje?

Ono što sam već na prvoj radionici dobila je više nego što sam i zamišljala. Mislila sam da ću se upoznati s novim znanjem o starim Slavenima i time više približiti svojim precima te, usto, možda upoznati ljude sa sličnim interesima. Ali, otkrila sam druge ljubazne, srdačne ljude kojima se mogu obratiti i kad se radionice dugo ne održavaju. Osim zajednice, dobila sam i okvir za svoju duhovnost, odnosno njeno jačanje. Svoju duhovnost vidim slično onome kazivačice Marine Marjanović kada opisuje koncept uzemljenja – ne odvajam ju od ovog svijeta. Bereginje su mi pružile alat koji koristim za svoju duhovnost, primjerice, izvođenje osobnog niza, korištenje karti simbola kao tarot kad si želim rastumačiti pitanja koja imam trenutno, donijeti neke odluke i slično.

Otkrivanje tih alata uživo, s drugim ženama, različitih dobi i životnih iskustava mi je bilo iznimno prisno, osobito spram svijeta algoritama koji nas zatvaraju u „eho komore“ (*echo chambers*<sup>3</sup>) istih ljudi. Usto, nedostaje mi jednostavnost života koji sam kratko iskusila kao dijete u vremenu prije društvenih mreža. U takvom doživljaju suvremenoga svijeta nisam jedina. Kazivačica Natalija Jug je kao motivaciju za uključivanje na radionice Bereginja istaknula potrebu za društvom nakon što se doselila natrag u Hrvatsku nakon dugog vremena provedenog u Njemačkoj. Bereginje su joj privukle pozornost jer su bile nešto novo, a opet poznato – od motiva slavenskog, do poveznica s jogom koju ju prakticirala. U svom opisu osjećaja samoće i osjećaja prema društvu se vidi ista tendencija izoliranosti u užurbanosti modernog svijeta te čežnja za jednostavnim svijetom kojeg je živjela kao dijete s bakom u Hrvatskoj gdje je sve bilo

„(...) jednostavno i tak lijepo. Samo sjediti i pričati, bez mobitela. I, ono, pričati srčano, puno srca – nekako sad vidim kako mi to fali, a to sam imala kod bake. Pa na kavicu, pa karte igrat, tak, obične stvari. To sve nema nekak više. A to bih htjela, to želim.“ (Natalija Jug, 11. 8. 2022.)

Natalija dalje govori o zajednici u Bereginjama, o toj jednostavnosti koju joj ponovno pružaju u druženjima i radionicama. Čežnja za jednostavnošću se provlači i kroz druge intervju te veže uz motiv otkrivanja i jačanja sebe te uz druge žene, u mirnoći prirode.

---

<sup>3</sup> Eho komore su online prostori koji nastaju pod utjecajem algoritama koji spajaju ljude sa sličnim interesima, no time ih istovremeno izoliraju od drugačijih perspektiva te utječu na način na koji osobe percipiraju svijet (Cinelli et al. 2021).

Kroz otkrivanje vlastitog osobnog niza i onog drugih bliskih ljudi kojima sam ga računala proizašli su emocionalni i za naš odnos plodonosni uvidi. Tko god da istražuje slavenski horoskop ne može naći nikakve podatke da su stari Slaveni imali tablice pomoću kojih su ga računali, ali instruktorice navode da su ga tada žene „osjetile” promatrajući prirodu kad se dijete rodi i vezući njene simbole u, na primjer, odjeću za novorođenče, dekice i slično. Nemamo nikakvih dokaza da je praksa Bereginja postojala u obliku u kojem se danas izvodi (ako je uopće postojala), ali ipak je inspirirana elementima staroslavenske kulture koje imamo.

Kroz praksu Bereginja učimo o sebi, harmoniziramo energije Bereginja u nama. Time dolazi do mira unutar osobe, prihvaćanja same sebe, kako bi posljedično i prirodno to mogla osjetiti i sa svijetom izvan sebe. Osim na mentalnoj razini, prihvaćanje sebe se ostvaruje kroz pokrete i na fizičkoj razini. U tijelu osjećamo kako se energije Bereginje kreću, a kroz pokret osjetimo koja energija nam teže pada. Na primjer, pri izvođenju pokreta koji predstavlja određenu energiju osjećamo kako se u tom trenutku s njom nosimo, kako ona protječe kroz tijelo, što evocira u nama i slično. Kroz masažni dodir ruku na vlastitom tijelu dajemo mu i fizički signal pružanja ljubavi i prihvaćanja. Takva toplina prema samima sebi nas oslobađa, a podrška koju osjetimo na radionici od drugih žena, zemlje na kojoj stojimo i predaka kojih smo svjesni dodatno nam skida breme s leđa.

To oslobođenje, lakoću i pojačanu povezanost s vlastitim tijelom su istaknule i kazivačice. Pritom se spominju motivi fluidnosti, osobito u promatranju iskusnijih Bereginja i instruktorice. Sama mitologija Bereginja se povezuje sa rusalkama koje se nalaze uz vodu, a u intervjuima su kazivačice, često koristile vodu da opišu pokrete koje smatraju ženstvenima. Protočnost vode je također slika kojom instruktorice često dočaravaju način na koji se ispoljava ženstvenost, bilo to kroz otvorenost emocionalno i u odnosima, način na koji se kreću, način na koji pričaju i slično.

U kazivanjima se nadalje spominje utjecaj te lagodnosti i slobode na svijet izvan žene, primjerice u odnosima s drugim ljudima:

„ (...) u biti sve se radi da se žena povezuje sa ženskim tijelom, da osvijesti to. Zdjelica, srce, mekoća u koljenima koja nas povezuje s majkom zemljom, taj ulazak u ženski energetski tok. (...) Način na koji komuniciraju, to se isto mijenja kod žene kad rade Bereginje. Zato kaj se Bereginje rade iz srca. Neizbježno je da žene budu toplije, da počnu grliti, da počnu vidjeti tu ljepotu i dobrotu u drugom i da zrače s tom dobrotom.“ (Kristina Rastović, 4. 8. 2022.)

Nedostatak isključivo ženskih zajednica je dio onog što uvede i zadržava ljude u zajednicu Bereginja. U takvim zajednicama se stavlja fokus na iskustva specifična ženama, primjerice, način na koji su naučile postavljati se. U ženskom krugu se mogu opustiti i spoznati kakvo izražavanje i stavovi im dolaze prirodno, bez prilagođavanja očekivanjima. Uz duhovnost koju im pružaju radionice i samostalno izvođenje Bereginja idu dublje u učenje o sebi.

## 7. Zaključak

Bereginje se određuju kao slavenska praksa namijenjena ženama. Najčešće privlači žene koje su već na nekom dijelu vlastitog duhovnog putovanja, motivirane željom za duhovnim razvitkom te željom i potrebom za zajednicom ljudi na tom putu. Instruktorice ove prakse imaju ulogu podržavajućeg prenositelja znanja, a polaznice potom svojim radom to znanje „uzemljuju“ kako bi ostvarile rezultate, spoznaju o sebi, precima, prirodi i vlastitoj ženstvenosti. Bereginje se mogu povezati i s neopoganskim pokretima kroz traženje pretkršćanskih tradicija i vjerovanja, elemente „magije“ u prakticiranju te povezivanje s prirodom.

Važnu ulogu u prakticiranju Bereginja imaju radionice. Na radionicama se žene međusobno povezuju i dijele zajednički put osobnog i duhovnog razvoja. U tom podržavajućem okruženju gradi se osjećaj zajednice, i to isključivo ženske zajednice kakva je nedostajala polaznicama. Praksu koju nauče na radionicama i radu s instruktoricom mogu koristiti i samostalno kao duhovnu praksu. Kroz prakticiranje Bereginja također se povezuju sa svojom ženstvenosti, prirodom te otkrivaju više o svojim precima. Dakle, žene rade na svom osobnom razvoju, ali unutar podupiruće zajednice drugih žena koja im taj rad olakšava. Polaganje iz unutrašnjosti same individue je srž transformativnog procesa u Bereginjama jer naglašavaju harmoniziranje „vlastitih energija“ kako bi vlastitom transformacijom naučile kako transformirati svijet izvan njih samih.

## 8. Literatura i izvori

ADAMOVIĆ, Genadij. 2006. *Гимнастика славянских чаровниц [Gimnastika slavenskih čarobnica]*. Moskva: АСТ.

ALLEN, Kelly A. 2014. „Social Media Use and Social Connectedness in Adolescents: The Positives and the Potential Pitfalls“. *The Educational and Developmental Psychologist*. 31/1:18–31.

CHANDLER, Daniel. 2004. U *Etnografije interneta*, ur. Reana Senjković i Iva Pleše. Zagreb: Institut za etnologiju i folkloristiku.

CINELLI, Matteo, Gianmarco DE FRANCISCI MORALES, Alessandro GALEAZZI i Michele STARNINI. 2021. The echo chamber effect on social media. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 118/9. <https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.2023301118> (15. 9. 2023.).

CLARKE, Peter. 2006. *New religions in global perspective*. Routledge: London&New York.

HANEGRAAFF, Wouter, J. 1996. *New Age Religion and Western Culture. Esotericism in the Mirror of Secular Thought*. Leiden – New York – Koln: Brill.

HANEGRAAFF, Wouter, J. 2005. New Age Religion and Secularization. *Religions in the Disenchanted World*. 47/3:288-312.

HEELAS, P., L. WOODHEAD, B. SEEL, B. SZERSZYNSKI, K. TUSTING, 2005. *The spiritual revolution: Why religion is giving way to spirituality*. Blackwell publishing.

JASINSKA, Joanna. 2020. Long forgotten, mystical practice of Slavic gymnastics sees resurgence in popularity. *The First News*. <https://www.thefirstnews.com/article/long-forgotten-mystical-practice-of-slavic-gymnastics-sees-resurgence-in-popularity-13310> (1. 9. 2023.).

MARJANOVIĆ Marina. 2021. „Što je uzemljenje i zašto je toliko važno?“. *Lifestyle portal: Budi dobro*. <http://budidobro.com/sto-je-uzemljenje-i-zasto-je-toliko-vazno/> (12. 8. 2022.).

POTKONJAK, Sanja. 2014. *Teren za etnologue početnike*. Zagreb: Hrvatsko etnološko društvo.

SEIDMAN, Irving. 2013. *Interviewing as qualitative research: a guide for researches in education and social sciences*. New York: Teachers College Press.

SENJKOVIĆ Reana i Iva PLEŠE, ur. 2004. *Etnografije interneta*. Zagreb: Institut za etnologiju i folkloristiku.

SILAEVA, Ksenia. 2017. *Sila Beregini*. Sankt-Peterburg: Cinel.

ŠKRBIĆ ALEMPIJEVIĆ, Nevena, POTKONJAK Sanja, RUBIĆ, Tihana. 2016. *Misliti etnografski: kvalitativni pristupi i metode u etnologiji i kulturnoj antropologiji*. Filozofski fakultet sveučilišta u Zagrebu.

## **9. Popis kazivačica**

Sve kazivačice su dale privolu o korištenju njihovih imena i prezimena u provedbi ovog istraživanja i pisanju rada.

Kristina Rastović, rođena 1980, instruktora Beringinja

Marina Marjanović, rođena 1991., instruktora Beringinja

Marija Šulentić, rođena 1995., polaznica radionice Beringinja

Natalija Jug, rođena 1966., polaznica radionice Beringinja

Nikolina Konjević, rođena 1998., polaznica radionice Beringinja

Nives Krivačić, rođena 1970., polaznica radionice Beringinja

## 10. Sažetak /Abstract

### Bereginje – revitalizacija staroslavenske duhovnosti i zajednica

Ovaj diplomski rad predstavlja kulturnoantropološko istraživanje i analizu suvremene revitalizacije i reinterpretacije (staro)slavenske duhovnosti na primjeru prakse Bereginja. Primjenom autoetnografije, etnografskog intervjua i sudjelujućeg promatranja nastoji se odgovoriti na pitanja kako se praksa Bereginja koristi u ispunjavanju suvremenih potreba za zajednicom, duhovnosti i otkrivanju sebstva. Posebno mjesto u prakticiranju Bereginja imaju radionice. Ženski krug na radionicama podupire ženu u osobnom i duhovnom razvoju, a taj razvoj potom osnažuje ženu da u skladu sa svojim sebstvom djeluje u svojoj okolini. Na tom putu rada na sebi isprepliću se povezivanje s prirodom, vlastitim precima, obitelji i potomcima te upoznavanje svoje ženstvenosti.

Ključne riječi: Bereginje, duhovnost, neopoganstvo, Hrvatska

### Bereginje- revitalization of Old Slavic spirituality and community

This diploma thesis presents a cultural anthropological research and analysis of contemporary revitalization and reinterpretation of (old) Slavic spirituality based on the example of the Bereginja practice. By applying autoethnography, ethnographic interview and participant observation, I try to answer the questions of how the practice of Bereginja is used in fulfilling contemporary needs for community, spirituality and self-discovery. Workshops have a special place in practicing Bereginje. The women's circle at the workshops is supportive in participants personal and spiritual development which then empowers them to act, in accordance with themselves, in their environment. Connecting with nature, one's ancestors, family and descendants, along with connecting with one's femininity are intertwined on this journey of self-development.

Keywords: Bereginje, spirituality, neopaganism, Croatia